

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новгородской области

**Комитет образования Администрации Крестецкого муниципального
района**

МАОУ "СОШ №2 "

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета

Протокол №1

от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МАОУ
«СОШ№2»

Мочалова Ж.В.

Приказ №132

от «01» сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры»

для обучающихся 3-4 классов

р.п. Крестцы 2023 год

Актуальность. Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в рамках внеурочной деятельности в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы. Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Программа «Подвижные игры» формирует общеучебные умения и навыки у учащихся. Т.к. игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания. Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности. Место и роль курса в основной образовательной программе. Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий. Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно-рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела. Реализация программы направлена на формирование следующих метапредметных результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования: – установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках; – самостоятельного оценивания правильности выполнения действия и внесения необходимых коррективов в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия; – договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации, заданной правилами игры. Цель: мотивация школьников 1-4 классов к сохранению и развитию здоровья средствами подвижных игр. Задачи: - сформировать у младших школьников начальное представление о здоровом образе жизни, культуре движений; - выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и

подвижных играх;
- получить опыт сознательного применения физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве; - развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- получить опыт коллективного взаимодействия и навыки самостоятельного принятия решений. В основе отбора и структурирования содержания программы лежит прагматичный подход, предполагающий приобретение общих знаний и умений, обеспечивающих базовый физический уровень обучающихся. Методы, формы и средства реализации программы. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме, повторного выполнения упражнений, круговой тренировки, расчлененного и целостного выполнения движений. В 1 и 2 классе формируется «школа движения», изучается «азбука мяча».

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3-4 КЛАСС «Подвижные игры» (34 часа)

Раздел 1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (4 часа). Проблемно-ценностное общение. Час общения. Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Раздел 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (4 часа). Проблемно-ценностное общение. Час общения. Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Раздел 3. Подвижные игры (9 часов). Игровая деятельность. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования). Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

Раздел 4. Веселые старты (9 часов). Игровая деятельность. «Эстафеты», «По мостику» (Перебраться с одной стороны площадки на другую по линиям разметки). «Через ручеек» (Правила передвижения через канат). «Бросок в цель» (Сбивание волейбольного мяча теннисными). «Боулинг» (Перекатывание мячей с одной стороны площадки на другую).

Раздел 5. Игры на внимание (8 часов) Игровая деятельность. «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка», «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка», «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «ЗАЯЦ БЕЗ ЛОГОВА», «САНТИКИ - САНТИКИ-ЛИМ-ПОПО», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки»

Календарно-тематическое планирование 3-4 класса (34 часа)

№	Тема урока	Кол-во	Дата
1	Проблемно-ценностное общение. «Эстафеты»	1	
2	. Час общения Игра "По мостику"	1	
3	Значение ЗОЖ. Игра «Через ручеек»	1	
4	«Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом).	1	
5	. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Игра «Воробьи - вороны»,	1	
6	Игра «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке).	1	
7	. Средства, способствующие физическому, духовному социальному здоровью: режим дня. Игра «Лиса и зайцы»	1	
8	Правила проведения игр и соревнований Игра «У медведя во бору "	1	
9	Игра «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования).	1	
10	Игры «Попади мячом», «Падающая палка»	1	
11	Игры «Запрещенное движение», «Огонек"	1	
12	Игры «Шумелка», «Вышибалы с картинками"	1	
13	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)	1	
14	Игры «Охотники и утки», «Игра с мячом»	1	
15	Игры «Игра с мячом», «Гонки крокодилов"	1	
16	Игры «Ловушка», «Попади в мишень"	1	
17	Игры«Вьюны», «Домашние хлопоты»,		
18	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)	1	
19	Игра «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке).	1	
20	Игры «Гуси», «Горелка»,	1	
21	Проблемно-ценностное общение. «Эстафеты»	1	
22	Значение ЗОЖ. Игра «Через ручеек»	1	
23	Игра «Вышибалы с картинками"	1	
24	«Падающая палка», «ЗАЯЦ БЕЗ ЛОГОВА»	1	
25	Игры «Попади мячом», «Падающая палка»	1	
26	Игры «Игра с мячом», "Попади в мишень"	1	
27	Игры "Гуси" и "Горелки"	1	
28	Правила проведения игр и соревнований Игра «У медведя во бору "	1	
29	Игра "Вышибало"	1	
30	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)	1	
31	Игры "Попади мячом "и "Ловушка"	1	
32	Эстафеты	1	
33	Игра "Вышибало"	1	
34	Эстафеты	1	